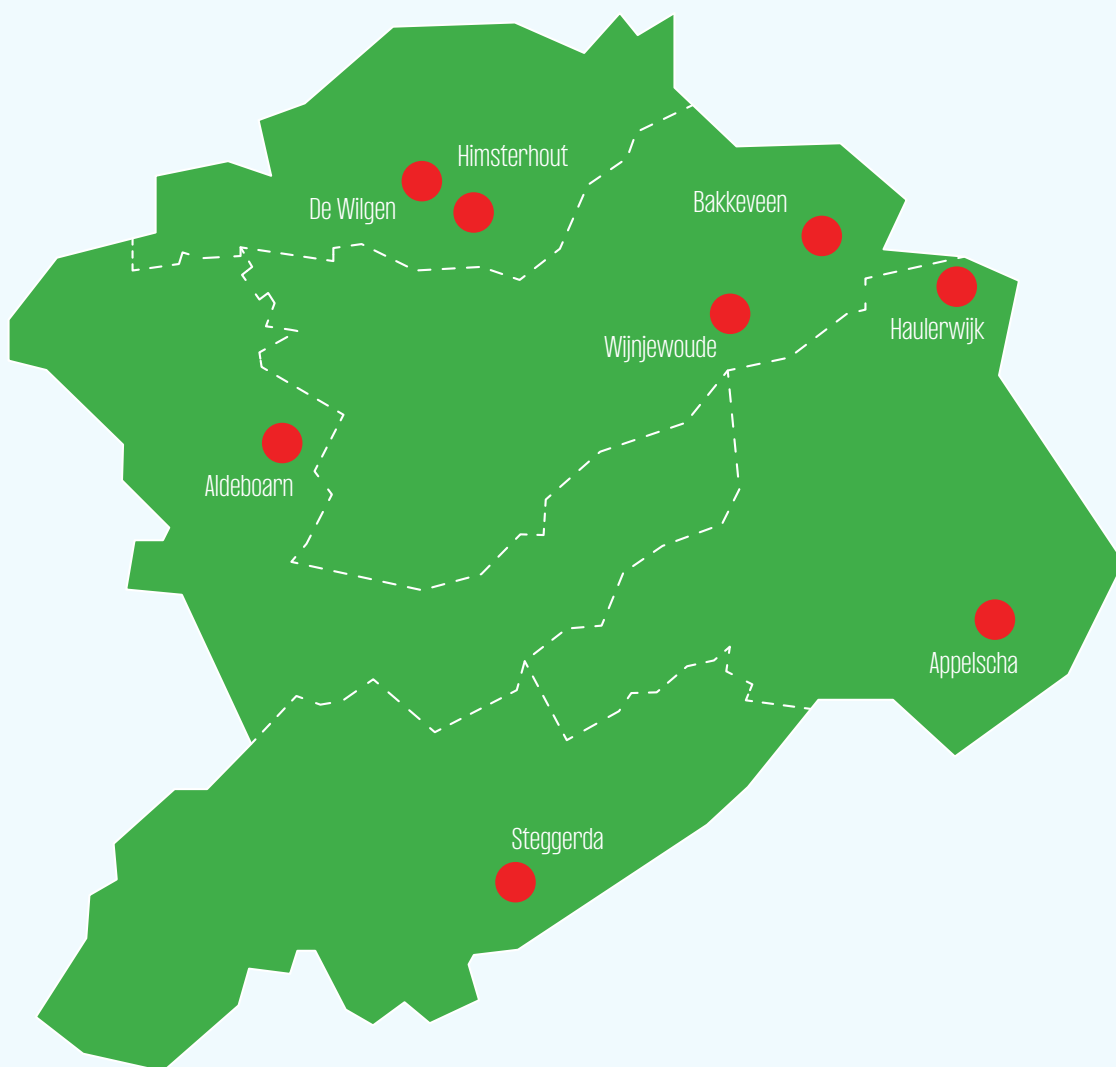


BOEIENDE BLOEI

Monitoring bloeizones in Zuidoost-Friesland



ELKE BLOEIZONE

IS **UNIEK**, Kiest

ZIJN EIGEN

FOCUS EN

DOORLOOPT

ZIJN EIGEN

ONTWIKKELING

VOORWOORD



Esther Verhagen,
wethouder gemeente
Ooststellingwerf (juli 2024)

Als samenwerkende gemeenten binnen de Regio Deal Zuidoost-Friesland geloven wij in het concept van bloeizones. Wij zijn ervan overtuigd dat inwoners, door gezamenlijk initiatief en eigenaarschap, hun omgeving kunnen aanpassen om langer in goede gezondheid en welzijn te leven. Daarom kozen we ervoor om vanuit de Regio Deal subsidie beschikbaar te stellen aan de voorlopers, de eerste bloeizones in de gemeenten Heerenveen, Ooststellingwerf, Opsterland, Smallerland en Weststellingwerf. Hiermee wilden we de bloeizone-initiatieven stimuleren en mogelijk tot nieuwe bloeizones inspireren.

We vroegen NHL Stenden Hogeschool de acht bloeizones in Zuidoost-Friesland te monitoren in een lerende monitor. Dit hebben ze gedaan tussen oktober 2022 en april 2024, in samenwerking met Planbureau Fryslân en Healthy Ageing Network Northern Netherlands (HANNN). Met als resultaat het rapport 'Boeiende Bloei', waarvan dit magazine een samenvatting geeft.

Natuurlijk hadden we graag harde cijfers gezien over de (positieve) effecten van de bloeizones op de gezondheid en het welzijn van de inwoners. We realiseren ons echter dat geen enkele bloeizone hetzelfde is en dat we de toegevoegde waarde van bloeizones moeilijk kunnen vangen in cijfers en grafieken. De monitoring bewijst dat de verhalen van de inwoners en de mensen die er actief zijn, veel kunnen zeggen over de waarde van de bloeizones. Daarmee bieden ze boeiende inzichten in de bloeizones van Zuidoost-Friesland.

De monitoring laat ons zien dat het ontstaan en de ontwikkeling van bloeizones een organisch proces is, een groeiende beweging die in gang is gezet door inwoners. Zelf heb ik dit ervaren in Appelscha, waar een steeds groter wordende groep inwoners enthousiast werkt in de dorpsmoestuin en plantjes uitdeelt aan andere inwoners.

Op 1 juni dit jaar was de Bloeizone Markt Appelscha met tal van activiteiten rondom bewegen, ontmoeten en voeding, van verschillende partijen uit het dorp. Veel bezoekers,

waaronder ikzelf, genoten hiervan. Ik vind het inspirerend dat een groep vrijwilligers zo actief en bevologen is dat er in het dorp nu aantoonbaar meer gebeurt op het gebied van gezondheid. In Appelscha was de afgelopen twee jaar ook het Atelier Sociaal Domein actief. Een groep studenten deed, in samenwerking met de werkgroep bloeizone Appelscha, onderzoek naar de sociale verbondenheid in het dorp. Deze samenwerking heeft een positieve invloed gehad op de ontwikkeling van bloeizone Appelscha.

Elke bloeizone is uniek, kiest zijn eigen focus en doorloopt zijn eigen ontwikkeling, passend bij het dorp en zijn inwoners. De monitoring – en de uitkomsten daarvan, zoals samengevat in dit magazine – maakt geleerde lessen inzichtelijk: van de bloeizones zelf, van de onderlinge samenwerking en wat voor de bloeizones effectieve ondersteuning is vanuit de gemeente.

Ik heb genoten van het lezen over de bloeizones en ik wens ook u heel veel leesplezier en inspiratie!

BLOEIZONES IN ZUIDOOST–FRIESLAND

Met de Bloeizones in Zuidoost–Friesland willen de gemeenten in Zuidoost–Friesland een beweging op gang brengen van inwoners en andere betrokken partijen die samenwerken aan een zo lang en gelukkig mogelijk leven voor alle inwoners van een dorp of een wijk waarin zij wonen. De Bloeizones kunnen dienen als voorbeeld en inspiratie voor andere dorpen en wijken in de regio.

Met de Bloeizones in Zuidoost–Friesland willen de gemeenten in Zuidoost–Friesland een beweging op gang brengen van inwoners en andere betrokken partijen die samenwerken aan een zo lang en gelukkig mogelijk leven voor alle inwoners van een dorp of een wijk waarin zij wonen. De Bloeizones kunnen dienen als voorbeeld en inspiratie voor andere dorpen en wijken in de regio.

Bloeizones zijn gebieden waar de plaatselijke bevolking zelf de voorwaarden schept voor een lang, gezond en gelukkig leven in de eigen woonomgeving. Centraal staan ideeën over positieve gezondheid, eigen regie en onderlinge

steun. De kwaliteit van leven neemt hierdoor toe en de vraag naar zorg wordt afgeremd.

Blue zones

Bloeizones zijn geïnspireerd op de Blue Zones: vijf plekken op aarde waar mensen gemiddeld genomen gezonder oud worden en waar de meeste honderdjarigen wonen. Het gaat om Okinawa (Japan), Loma Linda (Californië), Nicoya (Costa Rica), Ikaria (Griekenland) en Sardinië (Italië).

Om verschillende redenen zijn deze Blue Zones niet onomstreden. Maar wat in ieder geval overeind blijft, is dat sociale cohesie en sociaal contact, actief blijven en zingeving van belang zijn als het gaat om goed

ouder worden. Ook het belang van gezond eten en bewegen wordt onderkend. Dat zijn allemaal aspecten die door de bloeizones in Zuidoost–Friesland worden meegenomen.

Definitie

Planbureau Fryslân omschrijft bloeizones als “Burgerinitiatieven met actieve inwoners die samen hun omgeving aanpassen om langer in goede gezondheid en welzijn te leven. Dit doen ze vanuit hun eigen perspectieven en met activiteiten die aansluiten bij hun omgeving” (Marinus, 2022).

Regio Deal

Acht bloeizones in Zuidoost–Friesland ontvingen in 2022 vanuit de Regio Deal Zuid-



oost-Friesland subsidie voor hun bloeizone-initiatieven. Het gaat om Aldeboarn, Appelscha, Bakkeveen, Haulerwijk, Himsterhout (Drachten), Steggerda, Wijnjewoude en De Wilgen. De betrokken gemeenten zijn Ooststellingwerf (Appelscha en Haulerwijk), Weststellingwerf (Steggerda), Opsterland (Wijnjewoude en Bakkeveen) en Smallingerland (De Wilgen en Himsterhout). Deze bloeizones delen dezelfde uitgangspunten, maar kunnen verschillen in bijvoorbeeld ontstaan, looptijd, opzet en de doelen die ze nastreven.

Monitoring

De steun vanuit de Regio Deal was bedoeld om deze initiatieven een duwtje in de rug te

geven. Maar ook, tegelijkertijd, om zoveel mogelijk over de werking en de waarde van deze bloeizones te leren. NHL Stenden Hogeschool werd daarom belast met de taak om de ontwikkeling van deze acht Zuidoost-Friese bloeizones nauwlettend te monitoren.

Dit instituut voerde deze opdracht uit met Planbureau Fryslân en Healthy Ageing Network Northern Netherlands (HANNN). Voor de monitoring werden gesprekken gevoerd met werkgroepen en bewoners, deskundige onderzoekers, en ambtenaren en dorpencoördinatoren. Ook vonden er enkele netwerkbijeenkomsten plaats. Een en ander aan de hand van onderstaande leidraad.

Leren, evalueren en enthousiasmeren

Acties evalueren: welke plannen zijn ingezet? Zijn de plannen uitgevoerd zoals beoogd? Waar lopen Bloeizones tegenaan en welke mogelijke oplossingen zijn er?

Verhalen: wat is de waardering en ervaring van bewoners? Wat veranderde er, voor wie (bereik: individu, gemeenschap, organisatie) en waardoor?

Op basis van evaluatie en verhalen: wat zijn de bevorderende en belemmerende factoren in het proces?

Ontstaan en ontwikkeling van Bloeizone Fryslân. Met de bloeizones willen de gemeenten in Zuidoost-Friesland een beweging op gang brengen waarbij inwoners initiatieven ontplooiën voor een zo lang en gelukkig mogelijk leven voor iedereen in een dorp of wijk (bron: Planbureau Fryslân).

START

Een aantal maatschappelijke organisaties had een gezamenlijk plan om van Fryslân een meetbaar gezondere en meer gelukkige regio te maken.



// Deze groep was geïnspireerd door de 'blue zones'. Dit zijn regio's in de wereld waar de levensverwachting aanzienlijk hoger ligt dan gemiddeld.

// Ook werd de groep enthousiast over 'Positieve Gezondheid'. Hierbij wordt gezondheid gezien als het vermogen om je aan te passen en je eigen regie te voeren, ook bij sociale, fysieke en emotionele uitdagingen.

// Met deze ingrediënten werd er een **eerste werkdefinitie** gemaakt van Bloeizone Fryslân gemaakt:

// Tijdens onderzoek naar de Bloeizone-inwoners kwam het FSP in contact met deze actieve burgers al voor 2021 bezig. Het FSP vroeg deze burgers wat hen een Bloeizone is. Met deze informatie werd de definitie van Bloeizone Fryslân vastgesteld met de focus op actieve inwoners en hun eigen perspectief.



2022



"Bloeizone Fryslân is een regio waar de Burgerinitiatieven hun omgeving om langer in gezondheid en welzijn te maken."

Dit doen ze vanuit hun eigen perspectief op activiteiten die bij hun omgeving passen.



2020

"Bloeizone Fryslân is een regio die gezondheid bevordert, aan een hechte sociale samenhang bevordert en de bevordering van een actief leefpatroon. En dat allemaal samen."

ne-initiatieven kwam het
rgers. Vaak waren zij ook
deze mensen wat volgens
ormatie is de **laatste defi-**
steld. Belangrijk hierin is
un eigen perspectief:



2021

“Bloeizone Fryslân is een **beweging** waarin burgers werken aan het gezonder en gelukkig maken van Fryslân. De kracht zit bij **energieke burgerinitiatieven** die op verschillende manieren actief zijn om gezondheid en geluk meer centraal te zetten in hun wijk of dorp.”

Fryslân is:
atieven met
woners die samen
ving aanpassen
in goede gezond-
elzijn te leven.

e vanuit hun
pectieven en met
n die aansluiten
geving.”



// De klankbordgroep van Bloeizone Fryslân, bestaand uit vertegenwoordigers van verschillende maatschappelijke organisaties, pakte Bloeizone Fryslân verder op. Vanuit een focusgroep, geleid door het FSP, kwam een **nieuwe definitie** naar voren:

// Deze eerste definitie was gericht op het veranderen van de omgeving van de inwoners. Bloeizone Fryslân begon echter te verschuiven: inwoners kwamen meer centraal te staan. Dit kwam door een nadruk op participatie en de beperkte maakbaarheid van een ‘blue zone’.

20

is een **fysieke omgeving** die
ert, waar inwoners werken
ciale gemeenschap en het
n actief leef- en gezond
allemaal in samenhang.”



Steggerda



Steggerda



Aldeboarn



Aldeboarn



Haulerwijk



Haulerwijk

DE VERHALEN

Als onderdeel van de monitoring zijn in zes van de acht bloeizones **verhalen verzameld**, tijdens gesprekken tussen bewoners, leden van een bloeizone-werkgroep en professionals*. Deze verhalen werden in verband gebracht met factoren van **Positieve Gezondheid** en **Sociale Kwaliteit**, en vervolgens verwerkt tot een **reeks portretten** van zogenaamde **persona's**. Denkbeeldige, niet werkelijk bestaande personen staan hierin model voor de **reële positieve effecten** van een bloeizone.

De portretten vertellen een verhaal over de bloeizones en maken duidelijk dat ogenschijnlijk eenvoudige bloeizone-activiteiten verstrekkende positieve gevolgen kunnen hebben.

* Voor bloeizone Himsterhout is het nog te vroeg om op basis van gesprekken een persona te kunnen maken; activiteiten moeten nog op gang komen.

Bloeizone De Wilgen heeft aangegeven dat zij de voorkeur geven aan weergave van hun bloeizone zonder persona – ook in verband met mogelijke herleidbaarheid van mensen in dergelijke kleine dorpen.



PIETER, 81 JAAR UIT APPELSCHA

Pieter is alleenstaand en komt weinig meer buitenshuis. Dit is een paar inwoners opgevallen, inwoners die de wekelijkse gezamenlijke lunch bezoeken die door de werkgroep van de bloeizone wordt georganiseerd; de 'breek de week' lunch in de dorpskamer. Een van hen gaat bij Pieter langs, om te vragen of hij de volgende keer met haar mee wil gaan. Dit werkt dusdanig drempelverlagend voor Pieter, dat hij de week erop klaar zit om mee te gaan naar de gezamenlijke lunch. Achteraf geeft Pieter aan dat hij, met het bezoeken van de wekelijkse lunch, een moment heeft om naar uit te kijken en

van na te genieten. De lunch geeft op deze manier invulling aan zijn week en daarmee ook aan zijn leven.

Tijdens een lunch hoort hij over de nieuwe dorps tuin. Pieter heeft vroeger altijd veel getuinierd, hij had met zijn vrouw jarenlang een groot stuk grond en was een van de eersten die op deze eigen grond alles biologisch probeerde te verbouwen. Ze leidden zoveel mogelijk een zelfvoorzienend bestaan. Dat was hard werken, maar gaf ook veel voldoening. Nu Pieter hoort over de dorps tuin wordt hij enthousiast. Een dorpsgenoot

biedt aan om Pieter mee te nemen naar de dorps tuin. Daar besluit hij dat hij graag andere inwoners bijstaat en helpt met zijn kennis over het verbouwen van groenten. Pieter is, als het even kan, iedere week een keer in de dorps tuin te vinden en ontwikkelt er meerdere contacten waar hij veel plezier aan beleeft. Hij heeft het gevoel dat hij weer ergens bij hoort en nog meedoet. Tevens kan hij praktische tips geven aan de bloeizone werkgroep; het pad naar de dorps tuin is bijvoorbeeld net te smal voor een rollator en Pieter weet dat hij niet de enige geïnteresseerde bewoner is die afhankelijk is van een rollator.



Annie woont al twintig jaar in Aldeboarn. Ze heeft het er altijd erg naar haar zin gehad en vertelt vol trots over de jaarlijkse gondelvaart die veel bezoekers trekt. Ze kan echt genieten van dat soort evenementen. De afgelopen jaren echter heeft ze meerdere voorzieningen zien verdwijnen. Omdat ze inmiddels helaas alleen woont – haar man is een paar jaar terug

overleden – denkt ze erover na om te verhuizen. Ze mist namelijk een plek waar ze even een praatje kan maken, ze mist het hart van het dorp en ze wil op haar oude dag niet vereenzamen. Nu de werkgroep van de bloeizone een buurtwinkel op poten heeft gezet, waar ook een koffiehoeck is te vinden en een vrijwilliger voor een praatje, geeft Annie aan dat

ze heeft besloten om toch in Aldeboarn te blijven wonen. Tenminste, zo lang als het mogelijk is; vooralsnog maakt ze er een tienjarenplan van. Ze is erg enthousiast over de winkel en vertelt dat het niet alleen om de boodschappen gaat, maar ook alles daaromheen. Er is weer reuring op straat, ze kan wandelend haar boodschappen doen en er is altijd tijd en gelegenheid voor een praatje. Annie is ervan overtuigd dat ze nog altijd in haar eigen vertrouwde huisje in het mooie Aldeboarn zal wonen, als er over een paar jaar een vervolgonderzoek wordt gedaan. We zijn altijd welkom, de koffie staat klaar, net als in de winkel.

ANNIE 70 JAAR UIT ALDEBOARN



JELTE, 16 JAAR UIT BAKKEVEEN

Jelte heeft altijd met plezier in Bakkeveen gewoond, maar vertelt dat er, sinds hij van de basisschool is, eigenlijk weinig valt te beleven. Toen kwam ook nog Corona en Jelte geeft aan dat hij zich best wel eenzaam heeft gevoeld. Hij denkt dat hij daardoor ook veel emoties heeft opgekropt, die er zo nu en dan uitkwamen in de vorm van baldadigheid. Jelte geeft aan dat hij zeker weet dat hij niet de enige is geweest met dit gevoel, volgens hem gold dit voor vrijwel al zijn vrienden. Het was lastig dat ze niet naar school mochten, maar ook daarbuiten helemaal niks hadden. Jelte is dan ook blij dat de 'Bloeizone Kids' bestaat. Hij kent de term dan wel niet, maar hij weet zeker dat alle jongeren van Bakkeveen de jongerenwerker kennen; ze noemen hem allemaal bij de voornaam en weten meteen over wie het gaat. Jelte

vertelt trots dat ze met een groepje jongeren een caravan hebben gekocht en dat ze die, met wat hulp van de jongerenwerker, helemaal zelf hebben opgeknapt. Het is nu echt een gezellige 'keet' geworden waar ze samen kunnen komen en van alles en nog wat kunnen doen. De jongerenwerker is daarbij aanwezig en heeft er met de gemeente voor gezorgd dat de caravan ergens mag staan. De jongerenwerker is echt een coole volwassene, geeft Jelte aan. Hij begrijpt je echt en als er iets is, kan hij je ook goed helpen. Hij geeft je verantwoordelijkheid en dat is heel fijn. Jelte had bijvoorbeeld nooit gedacht dat hij allerlei dingen zou kunnen uitzoeken, regelen en doen om zo'n caravan op te knappen. Maar door het gewoon te doen kreeg hij in de gaten dat hij toch meer kan dan hij dacht. Hij is supertrots

op het resultaat. De jongerenwerker vindt het het allerbelangrijkste dat de jongeren samen dingen kunnen ondernemen. Dat noemt hij de beste leerschool en Jelte denkt dat hij gelijk heeft. Het is in ieder geval altijd gezellig en als er weleens iets speelt, dan wordt dat altijd goed uitgepraat. Volgens Jelte is er sinds de caravan een stuk minder baldadigheid in het dorp. De groep jongeren die gebruikmaakt van de caravan groeit nog steeds en ze denken nu ook na over hoe ze nog meer kunnen doen voor de jeugd in het dorp. Jelte en de andere jongeren mogen meedenken in hoe ze dit voor elkaar zouden kunnen krijgen. Jelte heeft er allemaal nieuwe vrienden bijgekregen en hoewel de motivatie voor school ver was weggezakt, denkt hij er nu over na om misschien later ook jongerenwerker te worden.

DOUTZEN, 32 JAAR

MET ZOON JEFFREY VAN 9 EN DOCHTER ANNA VAN 7

UIT HAULERWIJK



Doutzen vertelt dat ze het de afgelopen jaren zwaar heeft gehad. Door omstandigheden in haar familie werd het voor haar steeds moeilijker om zich op haar werk staande te houden. Zeker ook omdat het hele gezin op haar draaide en veel energie vroeg. Het was geen optie om minder te gaan werken en op haar werk was er weinig begrip voor haar situatie. Ze heeft het lang vol kunnen houden, maar op een gegeven moment was het op. Hierna is alles in een stroom-

versnelling geraakt, haar man verliet het gezin en Doutzen raakte haar baan kwijt. Ze moet nu alle zeilen bijzetten om financieel het hoofd boven water te houden. Ze noemt het een onmogelijke opgave, maar voor haar kinderen probeert ze er het beste van te maken.

Doutzen én de kinderen sprongen dan ook een gat in de lucht toen bleek dat ze gratis gebruik konden maken van de camping in Haulerwijk, iets wat door de bloeizonecommissie mogelijk

was gemaakt. Doutzen vertelt dat ze de afgelopen jaren nooit met vakantie konden gaan, dat was gewoon geen optie. De kinderen hebben er weken naar uitgekeken en ook Doutzen heeft voor het eerst in lange tijd weer iets om naar uit te kijken. Ze is blij dat ze nu, net als zoveel anderen, even gewoon op vakantie kan.

Na afloop vertellen Doutzen en de kinderen dat het super was. Ze zijn niet alleen leuk op vakantie geweest, maar ze hebben ook nieuwe mensen ontmoet. De kinderen hebben vrienden gemaakt en Doutzen heeft met veel ouders gesproken die haar verhaal echt begrepen. Dit heeft ze als erg waardevol ervaren, ook omdat ze in het dagelijks leven vaak op onbegrip stuit.



Annechien en Klaas wonen in het 'Roomse' gedeelte van Steggerda. Ze wonen er nu vijf jaar en beschrijven de mooie groene omgeving. Ze voelen zich er thuis, maar ze zijn nooit echt betrokken geweest bij het dorp en de activiteiten die er worden georganiseerd. Corona heeft hier ook een rol in gespeeld, denken ze. Ze zijn echter wel afgekomen op de 'groenactie' die de bloeizonewerkgroep organiseerde tijdens een herfstfair. Ze vonden dit een

laagdrempelige actie, waarbij je gewoon even om het hoekje kon kijken en waarbij je dan ook nog een plant kon komen ophalen. Tijdens de groenactie kregen bewoners van Steggerda namelijk een plant, ter vergroening van het dorp.

Sinds deze herfstfair zijn Annechien en Klaas wat meer betrokken bij het dorp. Op de herfstfair een jaar later zijn ze wederom van de partij en maken ze praatjes met andere

dorpsbewoners. Annechien en Klaas worden op deze manier steeds meer opgenomen in de gemeenschap. Ze zijn tijdens de afgelopen burendag ook aangeschoven bij een koffieochtend voor de buurt. Annechien en Klaas hebben het niet zo breed en zijn dan ook blij dat de bloeizonecommissie gratis burendagpakketten ter beschikking had gesteld. Ze voelen zich welkom en weten dat ze ook een beroep kunnen doen op de buurt, mocht dit nodig zijn.

ANNECHIE EN KLAAS, 50+ UIT STEGGERDA

SJOERD, 75 JAAR UIT WIJNJEWOUDE

Sinds zijn vrouw is overleden, woont Sjoerd al een paar jaar alleen. Hij houdt van musea bezoeken, maar rijdt zelf geen auto. Hij zou graag met iemand samen ergens naartoe gaan, in plaats van in zijn eentje, maar hij weet niet goed hoe hij zoiets aan moet pakken. Hij heeft wel gehoord van een wekelijkse koffieochtend die wordt georganiseerd door de bloeizone, maar dacht dat dit meer een koffiekransje zou zijn voor dames en heeft er daarom zijn gezicht niet laten zien. De drempel was hoog omdat hij niet precies wist wat hij kon verwachten. Een paar weken na de introductie van de koffieochtend hoorde hij via via dat het biljart op deze koffieochtend ook open was en dat daar gretig gebruik van werd gemaakt. Dit was voor Sjoerd reden om toch eens te gaan kijken, want biljarten doet hij graag. Op de ochtend dat Sjoerd even zijn neus om de hoek steekt, ziet



hij dat er een groepje mannen aan het biljarten is en Sjoerd sluit aan. De mannen praten wat en drinken ook nog even koffie mee met de groep die aan tafel zit. Niet iedereen kent elkaar al, maar er wordt veel gepraat en uitgewisseld. Sjoerd praat over zijn hobby's en vertelt dat hij graag musea zou willen bezoeken. Een van de aanwezigen geeft aan dat hij het leuk zou vinden om mee te gaan en zo ontstaat een nieuwe vriendschap en kan Sjoerd af en toe weer een museum bezoeken.

Sjoerd ontdekt ook dat er tijdens de koffieochtend mensen zijn die betrokken waren bij het eerder opgestelde 'STIP': een steun- en informatiepunt voor bewoners die vragen hebben omtrent regelingen vanuit de gemeente. De leden van het vroegere STIP zijn aanwezig bij het koffieuurtje, zodat ze antwoord kunnen geven op eventuele vragen. Sjoerd vindt het een geruststellende gedachte dat hij niet helemaal alleen zijn weg hoeft te vinden als hij in de toekomst bijvoorbeeld eens zorg nodig zou hebben.



De Wilgen



Bakkeveen



Appelscha



Bakkeveen



Wijnjewoude



Himsterhout

RESULTATEN

De monitoring, afgerond in april 2024, leverde een grote hoeveelheid informatie op. Een compleet overzicht is te vinden in het zeventig pagina's tellende rapport Boeiende Bloei. Monitoring van acht Bloeizones in Zuidoost-Friesland, 2024. De belangrijkste uitkomsten geven we weer. We onderscheiden daarbij uitkomsten rond de waarde van bloeizones, geleerde lessen (in het algemeen en per afzonderlijke bloeizone), en inzichten over wat bevorderende en belemmerende factoren zijn voor het succes van bloeizones.

De waarde van bloeizones

| Zowel op individueel als collectief niveau en zowel informeel als formeel dragen de bloeizones bij aan de sociale basis van een dorp. Wel zijn er verschillen tussen bloeizones in de mate waarin en de manier waarop dit gebeurt.

| Iedere bloeizone organiseert activiteiten en besteedt aandacht aan de omgeving in het dorp/ wijk om bij te dragen aan positieve gezondheid voor bewoners. In iedere bloeizone kunnen inwoners desgevraagd aangeven hoe de bloeizone-initiatieven bijdragen aan positieve uitkomsten zoals een gevoel van welbevinden, zingeving, erbij horen, geluk, gezondheid en minder eenzaamheid.

| In alle bloeizones wordt bijgedragen aan ontmoetingen tussen bewoners en daarmee aan sociale cohesie en sociale empowerment.

| Alle bloeizones zetten in op inclusiviteit. In iedere bloeizone zijn er echter ook mensen die niet door middel van activiteiten worden bereikt. Aangezien de bloeizones ook inzetten op het verrijken van de omgeving in het dorp, en daarmee de omgeving voor en van alle bewoners, zouden er in theorie ook effecten kunnen worden verwacht voor alle bewoners.

Geleerde lessen algemeen

| Een bloeizone is een (samenwerkings)proces van de lange adem. Het vraagt veel tijd en inzet van betrokkenen.

Elke bloeizone is anders. Wat in de ene bloeizone werkt, biedt geen garantie in een andere bloeizone. Factoren als timing, mentaliteit en de geschiedenis van een dorp spelen een rol, maar ook de 'poppetjes' zijn van invloed: wie doet wat?

Sociale cohesie, de sociale verbondenheid tussen bewoners, wordt vaak benoemd als basis van verschillende positieve gevolgen die kunnen worden ervaren in een bloeizone. Tevens wordt sociale cohesie benoemd als voorwaarde voor hoe snel een bloeizone van de grond komt/ groeit.

Een bloeizone in een wijk lijkt moeilijker van de grond te komen dan in een dorp.

In alle bloeizones wordt benoemd dat het betrekken van kinderen en jongeren van belang is, maar dit komt nog niet overal van de grond of heeft niet de eerste aandacht.

De verstrekte subsidie vanuit de Regio Deal Zuidoost-Friesland heeft geleid tot een extra impuls in de bloeizones. Deze wordt verschillend ervaren; als erkenning voor het verzette werk, als aanmoediging om door te kunnen gaan, maar soms ook als druk en de vraag over waarvoor je de subsidie specifiek zou willen inzetten.

De vrijheid die de bloeizones krijgen van gemeenten wordt gewaardeerd en draagt bij aan enthousiasme om door te gaan. De verschillende bloeizones lopen tegen vergelijkbare vragen aan. Belangrijke, terugkerende vraag is: hoe bereik en betrek je iedereen?

Een actief betrokken huisarts is een voordeel bij het bereiken van inwoners.

De samenwerking met opbouwwerkers is niet overal even actief, maar wordt ervaren als meerwaarde.

Bestaanszekerheid, zoals in sociaal-economische zekerheid, wordt genoemd als voorwaarde om goed mee te kunnen doen in een bloeizone.

Een bloeizone kan door inwoners worden ervaren als paternalistisch. Enkele werkgroepleden waarschuwen hier ook voor; wanneer je niet voldoende aansluit, zou het kunnen leiden tot minder sociale cohesie en exclusie.

Het netwerk van bloeizones in Zuidoost-Friesland werkt stimulerend en lerend voor bloeizones die hieraan deelnemen.

In veel bloeizones zijn bewoners niet op de hoogte van de term 'bloeizone'. De vraag is of dit een probleem is: in de oorspronkelijke Blue Zones wist men ook niet dat men inwoner was van een Blue Zone, tot onderzoekers de term introduceerden.

Bloeizone is een breed begrip. Voor zowel gemeenten als inwoners is het verschil met andere inwoners-initiatieven niet altijd even duidelijk. In de praktijk is er ook veel overlap.

Geleerde lessen per bloeizone De verschillen tussen bloeizones maken dat de monitoring per bloeizone verschillend is. Wat ook per bloeizone tot verschillende geleerde lessen kan leiden. Onderstaand worden de belangrijkste lessen per bloeizone weergegeven (lessen met een* zijn niet uniek voor deze bloeizone, maar wel het meest in het oog springend voor de desbetreffende bloeizone).

Bloeizone Aldeboarn

| Een dorpswinkel is een plek waar alle inwoners terecht kunnen, zonder onderscheid in bijvoorbeeld leeftijd en sociaal-economische status. Daarmee lijkt het een goede basis om van hieruit verdere activiteiten te ontwikkelen.

Bloeizone Appelscha

| Een Atelier Sociaal Domein kan voor energie en inspiratie zorgen bij werkgroepleden van een bloeizone*

Bloeizone Bakkeveen

| De ontstaansgeschiedenis laat zien dat een bloeizone tijd nodig heeft om te groeien. Een actieve huisarts kan een belangrijke spil zijn, maar een bloeizone vraagt ook tijd en blijvende inzet van overige betrokkenen.

Bloeizone De Wilgen

| Bij voldoende tijd en interesse kunnen bloeizones zelf lerend monitoren.
| Onder dezelfde voorwaarden kunnen bloeizones veel zelf oppakken, waar professionals soms denken aan uitbesteden.
| Het is van belang om te allen tijde het eigenaarschap bij een bloeizone te laten.*

Bloeizone Haulerwijk

| Ondanks ideeën en informatie uit onderzoek over hoe je alle inwoners kunt betrekken, blijft het een uitdaging om dit daadwerkelijk van de grond te krijgen.*

Bloeizone Himsterhout

| Een bloeizone in een wijk lijkt minder gemakkelijk van de grond te komen dan in een dorp.
| Een ruimte om samen te komen/ een sociaal centrum lijkt essentieel voor een bloeizone.*

Bloeizone Steggerda

| Het is belangrijk om als werkgroep verantwoordelijkheid aan inwoners te geven.
| Samenwerking met de basisschool zorgt voor een bredere betrokkenheid onder inwoners.

Bloeizone Wijnjewoude

| Een bloeizone 'opstarten' vergt veel inzet, maar ook flexibiliteit; plannen verlopen soms anders dan verwacht.*

Bevorderende en belemmerende factoren Als onderdeel van de monitoring is ook onderzocht welke factoren bevorderend en welke belemmerend werken voor het succes van bloeizones. Hieronder een weergave van de uitkomsten.

Bevorderende factoren

- | Tijd, vertrouwen en ruimte krijgen (voor trial and error en om vol te houden). Het is een beweging waarin verbinding de drijvende kracht is, waarin plannen ontstaan.
- | Sleutelfiguren als opbouwwerkers, huisartsen, 'omtinkers', en betrouwbare 'gezichten' in een dorp kunnen ambassadeurs zijn voor de Bloeizone.
- | Meerdere aspecten benoemen van activiteiten (bijvoorbeeld wandelen: sociaal, natuur, gezond).
- | Laagdrempelige, liefst gratis activiteiten.
- | Soepele samenwerking tussen partijen (formeel en informeel), maar ook binnen de werkgroep zelf.
- | Waar nodig 'experts' kunnen inzetten. bijvoorbeeld opbouwwerkers of buurtsportcoaches.
- | Zichtbaar maken wat men doet, bijvoorbeeld in dorpskrantje en/of via website en flyers.
- | Goede samenwerking met gemeenten; vast contactpersoon en ruimte krijgen.
- | Aansluiten bij wat er al is, bij bestaande structuren en bij de vraag die leeft onder inwoners.
- | Een fysieke ruimte voor ontmoeting, bijvoorbeeld een dorpshuis of dorpskamer.
- | Een neutrale/ geen paternalistische boodschap.
- | Succesjes vieren en uitbreiden.
- | Zowel op jongeren als ouderen richten; de nieuwe generatie meteen vertrouwd maken met aspecten van de bloeizone.
- | Financiële ruimte; subsidie helpt om zaken uit te proberen en voelt ook als erkenning voor hard werken.

Belemmerende factoren

- | Weinig sociale cohesie.
- | Weinig vrijwilligers/ inzet/ tijd van inwoners.
- | 'Prediken', met een 'wijzend vingertje' anderen wijzen op een ongezonde levensstijl kan averechts werken.
- | Kenmerken van dorpen; grootte kan belemmerend werken, maar ook de geschiedenis (bijvoorbeeld een van oudsher katholieke en protestantse kern in Steggerda).
- | Belangen die tegengesteld zijn, bijvoorbeeld bij verenigingen, maar ook bij individuen.
- | Aanvragen subsidies (tijdrovend).
- | Ontbreken van bestaanszekerheid "mensen hebben eerst bestaanszekerheid nodig, dan pas komt er ruimte voor andere zaken."
- | Knellend opgelegde kaders hinderen energie/enthousiasme.



Aldeboarn



Bakkeveen



Wijnjewoude



Appelscha



Himsterhout



CONCLUSIE

Wat alle bloeizones gemeen hebben, en wat bij vrijwel alle activiteiten terugkomt als thema's waaraan men wil bijdragen, zijn saamhorigheid, verbinding, sociale cohesie, sociale verbondenheid en mienskip. Alle bloeizones dragen hier in meerdere of mindere mate aan bij, en daarmee tevens aan de sociale kwaliteit.

Daarnaast besteden vrijwel alle bloeizones aandacht aan gezonde voeding en lichaamsbeweging. De geleerde lessen benadrukken het belang van samenwerking, sociale cohesie en het feit dat elk bloeizone-initiatief uniek is en niet altijd volgens een vastomlijnd plan verloopt.

Een positieve impuls kan worden ervaren dankzij financiële ondersteuning zoals vanuit de

Regio Deal, en de vrijheid die bloeizone-initiatieven in dit kader kregen. Het is belangrijk te erkennen dat het opzetten van een bloeizone een proces is van lange adem en dat verschillende factoren van invloed kunnen zijn op het succes ervan. In de bloeizone waarin het meeste onderzoek heeft plaatsgevonden wordt bestaanszekerheid genoemd als voorwaarde om mee te kunnen doen in een bloeizone.



Deze uitgave is mogelijk gemaakt door Regio Deal Zuidoost Friesland.